सत्संग-

२२

गुरु का ध्यान कर प्यारे

(स्वामीजी महाराज)

महाराज चरनसिंह जी

सत्संग

महाराज चरनसिंह जी

गुरू का ध्यान कर प्यारे
(स्वामीजी महाराज)

G.M. College of Education
Raipur, Bantalab
Acc. No. 3084
Dated 3/2/20

राधास्वामी सत्संग ब्यास

सत्संग—२२

गुरू का ध्यान कर प्यारे

महाराज चरणसिंह जी

सर्वाधिकार सुरक्षित

प्रथम संस्करण : ५,००० सितम्बर, १९८२

प्रकाशक :

एस० एल० सोंधी,

सैक्रेटरी,

राधास्वामी सत्संग, ब्यास

(ज़िला अमृतसर, पंजाब)

मुद्रक :

राजकुमार जैन,

अपेक्स प्रिंटिंग प्रैस,

प्रताप रोड, जालन्धर शहर ।

वाणी श्री हुज़ूर स्वामीजी महाराज

बचन १९ : शब्द २–गुरु और नाम भक्ति

गुरू का ध्यान कर प्यारे। बिना इस के नहीं छुटना ॥ १॥
नाम के रंग में रंग जा। मिले तोहि धाम निज अपना ॥ २॥
गुरू की सरन दृढ़ कर ले। बिना इस काज नहिं सरना ॥ ३॥
लाभ और मान क्यों चाहे। पड़ेगा फिर तुझे देना ॥ ४॥
करम जो जो करेगा तू। वही फिर भोगना भरना ॥ ५॥
जगत के जाल से ज्यों त्यों। हटो मरदानगी करना ॥ ६॥
जिन्हों ने मार मन डाला। उन्हीं को सूरमा कहना ॥ ७॥
बड़ा बैरी यह मन घट में। इसी का जीतना कठिना ॥ ८॥
पड़ो तुम इसही के पीछे। और सबही जतन तजना ॥ ९॥
गुरू की प्रीत कर पहिले। बहुरि घट शब्द को सुनना ॥१०॥
मान दो बात यह मेरी। करें मत और कुछ जतना ॥११॥
हार जब जाय मन तुझसे। चढ़ा दे सुर्त को गगना ॥१२॥
और सब काम जग झूठा। त्याग दे इसही को गहना ॥१३॥
कहैं राधास्वामी समझाई। गहो अब नाम की सरना ॥१४॥

(सार वचन, १९३)

सत्संग

गुरू का ध्यान कर प्यारे। बिना इस के नहीं छुटना ॥१॥

यह श्री हुज़ूर स्वामीजी महाराज की वाणी है। इस छोटे-से शब्द के अन्दर आप अच्छी तरह से यह खोल कर समझाते हैं कि परमात्मा किस जगह है और किस तरह परमात्मा की पूजा करनी है, भक्ति करनी हैं। आप फ़रमाते हैं कि परमात्मा कहीं बाहर नहीं है, वह हमारे शरीर के अन्दर है, वह हमारी देह और हमारे वजूद के अन्दर है। हरएक महात्मा ने समझाया है कि यदि कोई प्रयोगशाला या लेबरेटोरी है, जिसके अन्दर जाकर हम मालिक की खोज कर सकते हैं, भक्ति और पूजा कर सकते हैं, वह केवल हमारा शरीर है, हमारी देह और वजूद है। बाहर से न तो आज तक किसी को कुछ प्राप्त हुआ है, न कभी प्राप्त हो ही सकता है। ऋषियों-मुनियों ने हमारी देह को नर-नाराणी देह कहकर समझाने की कोशिश की है, कि यह वह देह है, जो नारायण ने खुद पैदा की है और जिसके अन्दर ही हमारी देह को नारायण होने का फ़ख़र (मान) प्राप्त हो सकता है। हज़रत ईसा ने हमारे शरीर को 'टैंपल ऑफ लिविंग गाड' (जीवित परमात्मा का मन्दिर) कह कर समझाया है। गुरु नानक साहिब कहते हैं :

हरि मंदिरु एहु सरीरु है गिआनि रतनि परगटु होइ ॥

(आदि ग्रन्थ, १३४६)

हम हरिमन्दिर उसको कहते हैं जिसके अन्दर हरि रहता है क्योंकि वह हमारे शरीर के अन्दर रहता है और शरीर के अन्दर ही उसकी प्राप्ति होती है। इसलिये गुरु साहिब कहते हैं कि यह शरीर ही

सच्चा हरिमन्दिर है और जब भी आपको मालिक से मिलने का ज्ञान या अनुभव होगा, केवल इसी शरीर के अन्दर से ही होगा।

हमारा रूहानी सफ़र पैरों के तले से लेकर सिर की चोटी तक है। इस सफ़र की दो मंज़िलें हैं, एक आंखों के नीचे और दूसरी आँखों के ऊपर। आँखों तक हमें अपने ख़याल को सुमिरन और ध्यान के ज़रिये इकट्ठा करना है; इससे आगे ख़याल को शब्द के साथ जोड़ कर मज़िल-दर मंज़िल, अपने घर की ओर जाना है। हमारे शरीर के अन्दर जो रूह और मन की जगह है—जिसको कोई शिवनेत्र कहता है, कोई तिल कहता है; कोई दिव्य-चक्षु कहता है, कोई घर-दर कहता है, कोई मुक्ति का दरवाज़ा कहता है—वह स्थान हर एक की आँखों के पीछे है। इस स्थान से ख़याल उतर कर नौ द्वारों के रास्ते सारी दुनिया में फैल जाता है। यहाँ बैठे कभी हमें बाल-बच्चों का ख़याल आता है; कभी घर के कारोबार का ख़याल आता है; कभी दुकान के ग्राहकों का ख़याल आता है। मन कभी किसी का खाली नहीं बैठता; किसी न किसी सोच और विचार में हम फँसे ही रहते हैं।

सारा दिन हमारे मन को सोच और विचार करने को जो आदत पड़ी हुई है, इसी को महात्मा सुमिरन करना कहते हैं। सुमिरन करने की हमें हरएक को आदत पैदा हो चुकी है। आप कितनी ही अँधेरी कोठरियों में अपने आपको क्यों न बन्द कर लें, आप उस स्थान पर नहीं होंगे, आपका ख़याल सारी दुनिया के अन्दर फैला होगा। फिर जिसका सुमिरन करते हैं उसकी शक्ल भी हमारी आँखों के आगे आकर खड़ी हो जाती है। यदि बेटे-बेटियों का सुमिरन करते हैं, बेटे-बेटियाँ आँखों के आगे आ जायेंगे, अगर घर के कारोबार का सुमिरन करते हैं, घर के करोबार आँखों के आगे आ जायेंगे। इसको महात्मा ध्यान धरना कहते हैं। जिसका भी सुमिरन करते हैं, उसी का ही हम ध्यान धरना शुरू कर देते हैं। जिसका भी सुमिरन करते हैं, ध्यान धरते हैं, उसके साथ हमारा प्यार पैदा हो जाता है। इन शक्लों और पदार्थों के साथ हमारा इतना मोह और प्यार पैदा हो जाता है कि रात को हमें

स्वप्न भी उनके ही आते हैं और मौत के समय उन ही की शक्लें सिनेमा के 'स्क्रीन' (परदे) की तरह हमारी आँखों के आगे आ कर खड़ी हो जाती हैं। **'जहाँ आसा तहां बासा।'** जिधर हमारा आख़री समय ध्यान होता है, हम दुनिया के जीव उसी ही धारा में वहना शुरू कर देते हैं। यह कौन-सी चीज़ हमें बार-बार देह के बँधनों में लायी ? यह दुनिया का मोह और प्यार लाया। यह किसने पैदा किया? यह सुमिरन और ध्यान ने पैदा किया। किनके सुमिरन और ध्यान ने ? दुनिया के सुमिरन और ध्यान ने। महात्मा समझाते हैं कि इनमें से हरएक को नष्ट हो जाना है, हरएक को फ़नाह हो जाना है, और आप इन नाशवान चीज़ों का सुमिरन और ध्यान करके, इन नाशवान चीजों के साथ प्यार कर बैठे हैं। इनका प्यार हमें बार-बार देह के बँधनों की ओर खींच कर ले आता है।

महात्मा कहते हैं कि मन को सुमिरन और ध्यान की कुदरती आदत पड़ चुकी है, आप मन की इस आदत से लाभ उठायें। सुमिरन को सुमिरन काटेगा और ध्यान को ध्यान काटेगा। लेकिन आप उस चीज का सुमिरन करें, ध्यान करें, जिसे कभी नष्ट नहीं होना, कभी फ़नाह नहीं होना। वह कौन हैं ? वह केवल एक परमात्मा है, अकालपुरुष है, वाहिगुरु है, परमेश्वर है। महात्मा उस परमात्मा के नाम का सुमिरन करने का तरीका बताते हैं। हमें महात्मा के समझाये के अनुसार सुमिरन और ध्यान के ज़रिये अपने फैले हुए ख़याल को वापस लाकर आँखों के पीछे इकट्ठा करना है।

जिस वक्त ख़याल आँखों के पीछे इकट्ठा होना शुरू होता है, और क्योंकि हमारे ख़याल को आँखों के पीछे इकट्ठा होने की आदत नहीं है, यह बार-बार नीचे इन्द्रियों के भोगों की ओर दौड़ता है। जितनी देर हम इसको किसी न किसी के स्वरूप का ध्यान नहीं देते, हमारे ख़याल को यहाँ ठहरने की आदत पैदा नहीं होती। किसके स्वरूप का ध्यान करना है ? आप स्वयं ही सोच कर देख लें कि जिसके स्वरूप का ध्यान करेंगे, उसी के साथ हमारा मोह पैदा हो जायेगा; प्यार पैदा

हो जायेगा और जहाँ वह जायेगा, उसके प्यार के बँधे हमें भी वहीं जन्म लेना पड़ेगा। इसलिये हम सोच और विचार करते हैं कि इस दुनिया के अन्दर कौन-सी चीज़ हमारे ध्यान करने के योग्य हो सकती है? मालिक की शक्ल का, मालिक के स्वरुप का किसी को पता नहीं क्योंकि परमात्मा को तो कभी किसी ने देखा नहीं। जिस चीज़ को हमने कभी देखा ही नहीं, उसका ध्यान हम किस प्रकार कर सकते हैं? अन्य किस चीज़ का ध्यान करें, जिससे हमारा ध्यान उस मालिक की भक्ति की ओर पलट सके? इस चीज़ पर सोच और विचार करने के लिए सारी सृष्टि को आँखों के आगे रखकर अच्छी तरह सोचते हैं कि इसमें से कौन-सी चीज़ हमारे ध्यान धरने के योग्य हो सकेगी?

हम देखते हैं कि सारी दुनिया पाँच तत्वों की बनी हुई हैं; पृथ्वी है, पानी है, अग्नि है, हवा है, आकाश है। हर चीज़ के अन्दर कोई न कोई तत्व मौजूद है। हमारे अन्दर पाँच तत्व है, इसलिये महातमा हमें 'पाँच तत्वों का पुतला' भी कहते हैं, और हमें 'टौप ऑफ दी क्रीएशन' (Top of the creation) अर्थात् सृष्टि का सिरमौर भी कहकर याद करते हैं। पहली उन जीवों को श्रेणी है, जिनके अन्दर पानी का तत्व मौजूद है। ये जो भी सब्ज़ियां और वृक्ष आदि हैं, इनके अन्दर पानी का तत्व है। आप सोचें यदि हम पाँच तत्वों के पुतले हो कर इन वृक्षों का, फूलों व पत्तों का, सब्ज़ियों का, तुलसी के पत्तों का ध्यान धरना शुरू कर दें तो हम उन्नति किस प्रकार कर सकेंगे? 'जहाँ आसा तहाँ बासा।' जिसका ध्यान करेंगे, उसके साथ ही हमारा मोह और प्यार पैदा हो जायेगा और वह मोह और प्यार हमें उस स्तर पर ही ले आयेगा। इसलिए यह जो वनस्पति संसार है, इसमें से कोई भी चीज़ हमारे ध्यान धरने के योग्य नहीं है।

जो दूसरी श्रेणी है वह बिच्छू या साँप; आदि हैं। इनके अन्दर पृथ्वी और अग्नि के तत्व मौजूद होते हैं, इसलिये ये चीज़ें भी हमारे ध्यान के योग्य नहीं हो सकतीं। तीसरी श्रेणी पक्षियों की हैं, उनके अन्दर तीन तत्व हैं, हमारे अन्दर पाँच तत्व हैं। अगर हम गरुड़,

घुग्गियों या चिड़ियों का ध्यान धरेंगे, तो हम गरुड़, घुग्गियां या चिड़ियां बन जायेंगे। हम तो इन्सान के जामे से ऊपर जाने की कोशिश कर रहे थे, इनका ध्यान धर कर उलटा नीचे के जामों में चले जायेंगे। चौथी श्रेणी चौपायों, जानवरों की है, जिनके अन्दर 'सैन्स' (Sense) नहीं होती बुद्धि नहीं होती, बाकी सब तत्व मौजूद होते हैं। इसलिए भैंसे, गायें और घोड़ियें भी हमारे ध्यान धरने के योग्य नहीं हो सकते। पांचवीं श्रेणी स्वयं इन्सानों की है और वे पाँच तत्व, आपको पता ही है, हम सभी के अन्दर मौजूद हैं। इन्सान, इन्सान का ध्यान धरे तो क्यों, विशेषकर आजकल के ज़माने के अन्दर, जब हम सभी के एक जैसे हक़ूक, अधिकार हैं। भैंसों व गायों की बोली हमारी समझ में नहीं आती, देवी-देवता किसी ने देखे नहीं, मालिक के स्वरूप का भी पता नहीं--इस नुकते पर आकर हम बड़ी सोच में पड़ जाते हैं कि इस सृष्टि के अन्दर कौन-सी चीज़ हमारे ध्यान धरने के योग्य हो सकेगी?

हुज़ूर (महाराज सावनसिंह जी) बड़ा सुन्दर उदाहरण दिया करते थे कि एक कमरे के अन्दर आप बहुत-से रेडियो रख दें, जिनका सम्बन्ध किसी बिजली या बैटरी के साथ न हो तो आप कभी भी किसी देश की ख़बरें नहीं सुन सकते। अगर उनका सम्बन्ध बिजली या बैटरी के साथ कर दें, जिस देश की चाहें खबरें सुन सकते हैं। हमें मालिक के उन भक्तों व प्यारों के स्वरूप का ध्यान धरना है, जिनका सम्बन्ध मालिक के साथ जुड़ा हुआ है। हम उनके स्वरूप का ध्यान धरते हैं और उनके स्वरूप के बँधे हुए हमारा भी ख़याल उस मालिक की भक्ति में लग जाता है। उन गुरुमुखों का, मालिक के भक्तों व प्यारों का जो असली स्वरूप होता है, वह शब्द है, नाम है। उनका असली स्वरूप भी शब्द या नाम है और हमारा असली स्वरूप भी शब्द या नाम है। यह जो शरीर है, यह तो सेवक को भी यहीं छोड़ जाना है, गुरुमुखों ने भी यहीं छोड़ जाना है; लेकिन जो सेवक जिस्म के अन्दर बैठकर गुरुमुखों के ज़रिये अपने ख़याल को शब्द के साथ जोड़ लेता है, वह शब्द सेवक की आत्मा को नहीं छोड़ता, सीधा ले जाकर

परमात्मा के अन्दर समा जाता है । इसलिए गुरु नानक साहिब ने कहा था : **'सबदु गुरू सुरति धुनि चेला'** (आदि ग्रन्थ, ९४३) अर्थात् शब्द आप सभी का गुरु है और सुरत शब्द की सेवक है । इसीलिए स्वामीजी ज़ोर देते है कि ऐसे शब्द स्वरूपी, शब्द अभ्यासी महात्माओं की खोज करनी है जो स्वयं उस शब्द या नाम की कमाई करते हों और हमारे ख़याल को उस शब्द के साथ, नाम के साथ जोड़ दें । गुरु साहिब ने कहा है, **'गुरु की मूरति मन महि धिआनु'** (आदि ग्रन्थ, ८६४) कि गुरुमुखों की 'मूरति' यानी स्वरूप को अपने मन में रखना है । गुरु साहिब समझाते हैं, **'हरि का सेवकु सो हरि जेहा, भेद न जानहु मानस देहा'** (आदि ग्रन्थ, १०७६) कि मालिक के भक्त, मालिक के प्यारे, मालिक की भक्ति करके, मालिक का रूप हो जाते हैं । उनके अन्दर और परमात्मा के अन्दर कोई भेद नहीं रहता उनका परमात्मा के साथ क्या सम्बन्ध होता है ? **'जिउ जल तरंग उठहि बहु भाती फिर सललै सलल समाइदा'** (आदि ग्रन्थ, १०७६)। समुद्र में दो-चार मिनिट के लिये एक लहर उठती है और वह वापस जाकर समुद्र में ही समा जाती है । जो एक लहर का समुद्र के साथ सम्बन्ध है, वही मालिक के भक्तों व प्यारों का मालिक के साथ सम्बन्ध है । सन्त-महात्मा उस सतनाम समुद्र की लहरें होते हैं । वे दुनिया में आकर शब्द और नाम का ढिंढोरा देते हैं, शब्द और नाम का प्रचार करते हैं और हमें शब्द और नाम के साथ जोड़ कर, एवं हमें साथ लेकर, उस शब्द या नाम में ही समा जाते हैं । इसलिए हम उन गुरुमुखों के स्वरूप का ध्यान करते हैं ।

गुरु नानक साहिब कहते हैं, **'एको अमरु एका पातिसाही जुग जुग सिरिकार बणाई है'** (आदि ग्रन्थ, १०४५) ; कि वह मालिक एक है और उसका हुकम और कानून भी सारी दुनिया के लिये एक है । सन्त-महात्मा उसकी भेजी हुई सरकारें हैं, जो मालिक के हुकम के साथ आती हैं, मालिक के हुकम का प्रसार और प्रचार करती हैं और वापस जाकर उसी हुकम, शब्द और नाम में ही समा जाती हैं । आप कोई

चीज़ समुद्र की लहर को दे दें, वह उस चीज़ को साथ लेकर समुद्र की तह (धरातल) में बैठ जाती है। इसी तरह अगर हम गुरुमुखों के स्वरूप का ध्यान कर के उनके साथ प्यार उत्पन्न कर लेते हैं, तो हम गुरुमुखों के अन्दर ही लवलीन हो जाते हैं। गुरु साहिब कहते हैं, **'सतिगुर माहि समावणिआ।'** आपका भाव है कि हम गुरुमुखों का ध्यान धर कर, गुरुमुखों में समा जाते हैं, और गुरुमुख हमें साथ लेकर, वापस जाकर उस परमात्मा में समा जाते हैं। इसलिए महात्मा कहते हैं कि गुरुमुखों के स्वरूप का ध्यान करना चाहिये।

जब ध्यान के द्वारा हमारे ख़याल को आँखों के पीछे ठहरने की आदत पड़ जाती है तो हमें अपने अन्दर अपने आप समझ आ जाती है। वह मीठी से मीठी, सुरीली से सुरीली आवाज़ जो मालिक की दरगाह से आ रही है, वह चोरों के अन्दर भी है, ठगों के अन्दर भी है, साधू, सन्तों और महात्माओं के अन्दर भी है। वहाँ न किसी कौम का प्रश्न है, न किसी मज़हब का प्रश्न है, न किसी मुल्क का प्रश्न है। कोई हिन्दू होकर अन्दर जाये, सिक्ख, ईसाई होकर अन्दर जाये, जो खुशकिस्मत, भाग्यवान अपना ख़याल आँखों के पीछे इकट्ठा करता है, वह अपने अन्दर ही शब्द की आवाज़ को सुनना शुरू कर देता है, शब्द के प्रकाश को देखना शुरू कर देता है। हमें उस शब्द की आवाज़ के ज़रिये अन्दर ही अपने घर का रुख या दिशा कायम करनी है, शब्द के प्रकाश के ज़रिये, अपने अन्दर ही अपने घर का रास्ता देखना है और मंज़िल-दर-मंज़िल अपने घर की ओर जाना शुरू कर देना है। इसलिये महात्मा उस शब्द की आवाज़ का भी वर्णन करते हैं और उस शब्द के प्रकाश का भी वर्णन करते हैं। गुरु साहिब ने कहा है:

अंतरि जोति निरंतरि वाणी साचे साहिब सिउ लिव लाई ॥

(आदि ग्रन्थ, ६३४)

हरएक की आँखों के पीछे एक जोत (ज्योति) जग रही है और उस जोत के अन्दर से मीठी से मीठी, सुरीली से सुरीली आवाज़ पैदा हो रही है। जो भाग्यशाली आँखों के पीछे ख़याल को इकट्ठा करके उस जोत

के दर्शन करते हैं, और उस वाणी या शब्द की आवाज़ को पकड़ते हैं, **'साचे साहिब सिउ लिव लाई'** उनका दुनिया से मोह और प्यार निकल जाता है, उनका परमात्मा के साथ प्यार पैदा हो जाता है। उसी जोत का स्वामीजी वर्णन करते हैं। आप कहते हैं :

वसो तुम आय नैनन में। सिमट कर एक यहाँ होना ॥
दूई यहँ दूर हो जावे। दृष्टि जोत में धरना ॥

(ज्ञान वचन, १५२)

जब आप सुमिरन और ध्यान के ज़रिये ख़याल को आँखों के पीछे इकट्ठा करेंगे, आपको अपने अन्दर जोत जगती दिखाई देगी; आप को अपने अन्दर उस जोत को देखना है। उस जोत के दर्शन करने से आपका ख़याल द्वैत से निकल कर एकता में आ जायेगा। हर महात्मा उस आन्तरिक जोत का वर्णन करता है, उस शब्द की आवाज़ का वर्णन करता है। इसी को महात्मा ने सच्चा शब्द या सच्चा नाम कह कर याद किया है। गुरु साहिब इशारा करते हैं, **'बिनु सबदै अंतरि आनेरा, न वसतु लहै न चूकै फेरा'** (आदि ग्रन्थ, १२४)। आप कहते हैं कि उस शब्द की कमाई के विना, न तो किसी के अन्दर से अज्ञानता का अँधेरा दूर होता है, और न किसी का देह के बँधनों से छुटकारा होता है। जो कुछ मिलना है, शब्द की कमाई से मिलना है, नाम की कमाई से मिलना है।

वह सच्चा शब्द निर्मल है, वह कभी नष्ट नहीं होता, वह कभी फ़नाह नहीं होता। उस शब्द ने दुनिया की रचना की है, उसके आधार पर खण्ड-ब्रहमाण्ड खड़े हैं। जो कुछ उसने पैदा किया है, वह नष्ट हो जाना है, फ़नाह हो जाना है, लेकिन वह 'क्रियेटिव पावर' (Creative Power) अर्थात् 'कर्ता शक्ति' जिसने सारी रचना की है, वह कभी नष्ट नहीं होती। गुरु साहिब कहते हैं :

शब्द धरती शब्द आकास। शब्दे शब्द भइआ परगास ॥
सगली सृसटि शब्द के पीछे। नानक शब्द घटै घटि आछे ॥

(प्राण संगली)

उस शब्द ने धरती पैदा की है, सूरज पैदा किया है, चन्द्रमा पैदा किया हैं, ग़रज यह कि सारी दुनिया की रचना पैदा की है और वह शब्द रूपी कर्ता शक्ति हरएक के अन्दर रात दिन धुनकारें दे रही हैं। जितनी देर हम अन्दर अपना ख़याल उस शब्द के साथ नहीं जोड़ते, हम मन और माया के दायरे से पार नहीं जा सकते, हमारी आतमा और मन की गाँठ नहीं खुल सकतीं, हमारी आतमा निर्मल और पवित्र नहीं हो सकती और हम परमातमा के साथ मिलने के योग्य नहीं बन सकते। इसलिये महात्मा हमारे अन्दर उस शब्द और नाम की कमाई करने का शौक पैदा करते हैं। गुरु नानक साहिब कहते हैं, **सबदि मरै सो मरि रहै फिरि मरै न दूजी वार**' (आदि ग्रन्थ, ५८) जो लोग उठते-बैठते, चलते-फिरते, अपने ख़याल को शब्द और नाम के साथ जोड़ कर रखते हैं, वह हमेशा के लिये मर जाते हैं, उनको वार-वार जन्म-मरण के दुःखों में नहीं जाना पड़ता। गुरु साहिब कहते हैं, '**सबदि मरै सोई जनु पूरा सतिगुरु आखि सुणाए सूरा**' (आदि ग्रन्थ, १०४६) हमारे **सूरमा बहादुर** सतगुरु ने यही समझाया है कि जो मनुष्य उठता-बैठता, चलता-फिरता अपने ख़याल को अन्दर नाम के साथ जोड़ कर रखता है, वह पूरा हो जाता है और पूरे परमातमा में समाने के योग्य हो जाता हैं। गुरु साहिब इस शब्द की ओर संकेत करते हुए कहते है : '**जिन अंतरि सबदु आपु पछाणहि गति मिति तिनही पाई ॥**' (आदि ग्रन्थ, ९१०) अर्थात् जो लोग अन्दर ही शब्द को पकड़ कर अपने आप को पहचानते हैं, मालिक को पहचानने की वास्तविक युक्ति और अवस्था भी उन गुरुमुखों को ही प्राप्त होती है। आप किसी भी महात्मा की वाणी की खोज करके देख लें, हर महात्मा हमारे अन्दर ऐसे नाम की कमाई करने का शौक पैदा करता है, ऐसे शब्द की कमाई करने का प्यार पैदा करता है।

नाम के रंग में रंग जा। मिले तोहि धाम निज अपना ॥२॥

स्वामी जी समझाते हैं कि जितनी देर हमारा मन आँखों के पीछे उतर कर इन्द्रियों के भोगों की ओर रुख किये बैठा है, हम राष्ट्रों, धर्मों

और देशों के रंग में रंगे हुए हैं, धन-दौलत के रंग में रंगे हुए हैं। हमारा मन इन इन्द्रियों के भोगों से सुख ढूंढने की कोशिश कर रहा है; यह सांसारिक लज़्ज़तों का आशिक है और जो इन्द्री चाहती है इसको अपने घाट पर खींच कर ले जाती है। स्वामीजी कहते हैं कि जितनी देर हमारे मन पर ये रंग चढ़े हुए हैं, हम दुनिया की ओर से आँखों वाले बने बैठे हैं, परन्तु मालिक की ओर से अन्धे हैं, अपने असली घर की ओर से अन्धे हैं, हम अपने आपको भूले बैठे हैं, मालिक को भूले बैठे हैं। बाहर से हम आलम-फाज़िल, विद्वान्, गुणी-ज्ञानी बने बैठे हैं, लेकिन मालिक की ओर से हम बिल्कुल अज्ञानी और बेअकल हैं। स्वामीजी कहते हैं कि जब अपने ख़याल को सुमिरन और ध्यान के ज़रिये आँखों के पीछे इकट्ठा करेंगे, ख़याल को अपने अन्दर शब्द के साथ जोड़ेंगे, नाम के साथ जोड़ेंगे, मन पर जो दुनिया के सैर, रंग-तमाशों के, बेटे-बेटियों के, राष्ट्रों-धर्मों के, धन-दौलत के रंग चढ़े हुये हैं, ये सारे रंग उतर जायेंगे, आपके मन पर मालिक की भक्ति का रंग चढ़ जायेगा। फिर आपको असली घर का भी पता लग जायेगा, आपके अन्दर घर जाने का शौक भी पैदा हो जायेगा और आप अपने घर भी वापस पहुँच जायेंगे। उस हालत में आप दुनिया की ओर से अन्धे हो जाते हैं, परन्तु मालिक की ओर से आँखों वाले बन जाते हैं, दुनिया की ओर से सो जाते हैं, अपने घर की ओर जाग पड़ते हैं। यह कब होता है ? जब आपको अपने अन्दर उस शब्द की लज़्ज़त आ जाती है, नाम की लज़्ज़त आ जाती है।

गुरू की सरन दृढ़ कर ले। बिना इस काज नहिं सरना ॥३॥

अब हम यह तो समझ गये हैं कि परमात्मा हर एक के शरीर के अन्दर है और अन्दर ही हमें परमात्मा मिलता है। यह भी पता चल गया है कि सुमिरन के ज़रिये आँखों के पीछे ख़याल इकट्ठा करना है, गुरुमुखों के स्वरूप का ध्यान धर कर ख़याल को अन्दर ठहराना है। यह भी पता चल गया है कि शब्द की आवाज़ सुनकर अन्दर ही रूहानी तरक्की शुरू कर देनी है। शब्द की कमाई के ज़रिये मन से

दुनिया के रंग उतर जायेंगे, मालिक की भक्ति और प्यार का रंग चढ़ जायेगा। पर मन में ख़याल आता है कि महात्मा ने बहुत-से सत्संग किये हैं, इतने बड़े-बड़े ग्रन्थ लिखे हैं, क्या हम सत्संग सुनकर, उन शास्त्रों, ग्रन्थों व पोथियों को पढ़कर अपने आप ही सुमिरन और ध्यान नहीं कर सकेंगे और जन्मों-जन्मों के सोये हुए जाग नहीं सकेंगे? स्वामीजी कहते हैं कि इस काम के लिये हमें गुरुमुखों की शरण हासिल करनी पड़ती है, मन की मति छोड़नी पड़ती है, गुरुमुखों की मति पर चलना पड़ता है। पाँचवी पातशाही, श्री गुरु अर्जुनदेव जी कहते हैं:

जिसका गृहु तिनि दीआ ताला कुंजी गुर सउपाई ॥
अनिक उपाव करे नहीं पावै बिनु सतिगुर सरणाई ॥

(आदि ग्रन्थ, २०५)

आप कहते हैं, भाई! जिस परमात्मा ने आपको पैदा किया है, उसने अपने मिलने का तरीका ज़रूर आपके अन्दर रखा हुआ है, लेकिन आप मन व बुद्धि के साथ उस रास्ते की कितनी खोज क्यों न कर लें, जब तक गुरुमुखों की शरण प्राप्त नहीं करेंगे, उनके बताये हुए उपदेश पर नहीं चलेंगे, आप अन्दर उस रास्ते पर चलने के अपने यत्न में कभी कामयाब नहीं होंगे। इसलिये स्वामीजी कहते हैं कि हमें गुरुमुखों की संगति करनी है, उनका सत्संग सुनना है। वे हमें युक्ति और तरीका बतायेंगे कि किस तरह मालिक की भक्ति करनी है, किस तरह ध्यान को अन्दर शब्द के साथ जोड़ना है।

हम एक मैला कपड़ा लेकर रंगरेज़ के पास जाते हैं। उस पर रंग चढ़ाने के लिये रंगरेज़ क्या करता है? वह साबुन के साथ, सोडे के साथ कपड़े को अच्छी प्रकार धोता है। कपड़े को धोकर वह जितनी भी उसके अन्दर मैल होती है, निकाल देता है। फिर उसके पास रंग से भरा हुआ मटका पड़ा रहता है, वह कपड़े को उसमें डुबो देता है, जिससे कपड़े पर बहुत सुन्दर, बहुत खूबसूरत रंग चढ़ जाता है। हम भी कर्मों, संस्कारों दुनिया की इच्छाओं से लिपटे हुए, महात्मा की संगति में जाते हैं, वे अपनी संगति के ज़रिये, सुमिरन और ध्यान के

ज़रिये हमारे मन की सभी मैलें उतार देते हैं। उनके पास शब्द और नाम के रंग का मटका होता है; वे हमारे मन को शब्द के साथ जोड़ देते हैं; जिससे हमारे मन से दुनिया के रंग उतर जाते हैं; मालिक की भक्ति का रंग, मालिक के प्यार का रंग चढ़ना शुरू हो जाता है। गुरुमुखों ने घोलकर हमारे अन्दर कुछ नहीं डालना। शब्द या नाम की दौलत परमात्मा ने हमारे अन्दर, हमारे ही लिये रखी हुई है, लेकिन उनको संकेत करना है, तरीका बताना है, जिससे हमें अन्दर से वह दौलत प्राप्त करने की समझ आ जाती है। आप देखें ! विद्या की ताकत हमारे हरएक के अन्दर मौजूद है, परन्तु वह ताकत हमारे अन्दर सोई हुई है। जब हम स्कूलों, कालेजों में जाते हैं, अध्यापकों की सेवा करते हैं, रातों को जागते हैं, मेहनत करते हैं, वह सोई हुई ताकत हमारे अन्दर जाग उठती है। हम बी० ए०, एम० ए०, विद्वान्, गुणी व ज्ञानी बन जाते हैं। जिनके पास वकालत की डिग्री है, इंजीनियरिंग की डिग्री है, उनसे पूछ कर देखें, अध्यापकों ने कौन-सी चीज़ उनके अन्दर डाली है ? केवल अध्यापकों की संगति और साथ करने से ही वे इतने विद्वान और लायक बन गये हैं। जो डरते हुए स्कूलों, कालेजों से दौड़ आते हैं, विद्या की ताकत तो उनके अन्दर भी थी, परन्तु वह सोई हुई आती है, सोई हुई चली जाती है। स्वामीजी प्यार से समझाते हैं कि अपने अन्दर मालिक की खोज मन के पीछे लग कर नहीं करनी, जिस तरीके, जिस रास्ते पर गुरुमुख चलाते हैं, उस पर चलना है, उनके समझाये अनुसार शरीर के अन्दर जाकर मालिक की भक्ति करनी है, मालिक की पूजा करनी है।

लाभ और मान क्यों चाहे। पड़ेगा फिर तुझे देना ॥४॥

अब स्वामीजी महाराज ख़बरदार (सावधान) करते हैं कि मालिक की भक्ति केवल मालिक से मिलने के लिये ही करनी है, दुनिया की इच्छाओं, दुनिया की तृष्णाओं को पूरा करने के लिये नहीं करनी चाहिये। लोभ-रूपी कुत्ता तो सदा मन में भोंकता ही रहता है, यह कभी चुप नहीं होता। जो कुछ परमात्मा ने देना है हर एक के धुर-

मस्तक में लिखा हुआ है । हमें अपने सारे कर्मों का हिसाब-किताब ज़रूर देना पड़ेगा, लेकिन अगर नाम की कमाई करेंगे तो मालिक दया, मेहर व बख़्शिश करके हमारी सूली को सूल कर देता है, हम उन कर्मों का खुशी-खुशी हिसाब-किताब दे सकते हैं । मालिक की भक्ति, नाम की कमाई केवल मालिक के मिलने के लिये करनी है—दुनिया के ग्राहक बनकर रचना के ग्राहक बनकर, बेटे-बेटियों के ग्राहक बनकर, धर्मों और देशों की मान-बड़ाई के ग्राहक बनकर, धन-दौलत के ग्राहक बनकर, नहीं करनी । अगर इच्छायें और तृष्णायें लेकर मालिक की भक्ति करेंगे तो उन इच्छाओं और तृष्णाओं को पूरा करने के लिये उस जगह जन्म लेना पड़ेगा, जहाँ अच्छी तरह इच्छाओं और तृष्णाओं को पूरा कर सकें । इच्छायें और तृष्णायें, आपको पता है कि न आज तक किसी की पूरी हुई हैं, न कभी हो ही सकती हैं । इसलिये मालिक की भक्ति केवल मालिक से मिलने के लिये करनी है । दुनिया की मान-बड़ाई हासिल करने के लिये मालिक की भक्ति नहीं करनी चाहिये । बगुला भक्त बनने का कोई लाभ नहीं । लोगों से माथे टिकवाने के लिये मालिक की भक्ति नहीं करनी, कुछ अपना काम बनाने के लिये मालिक की भक्ति करनी हैं । शायद लोगों को थोड़ा बहुत धोखा दे सकें लेकिन वह परमात्मा हमारे अन्दर बैठा है, हमारे अन्दर की सारी हालत जानता है । हम कभी किसी हालत में उसे धोखा नहीं दे सकते । धोखा हम केवल अपने आप को ही देते हैं । आप फ़रमाते हैं कि व्यर्थ लोगों की मान-बड़ाई के प्रलोभन में आकर, करामातों में नहीं फँसना है ऋद्धियों-सिद्धियों में नहीं फँसना है। उस मालिक की भक्ति को बाज़ारों में कौड़ियों की तरह खड़काते नहीं फिरना है, इश्तिहार-बाज़ी नहीं करनी है । भक्ति को अपने मन के अन्दर हज़म करना है । जितनी मालिक की दया व मेहर हम हज़म करेंगे, उतनी अधिक हम पर परमात्मा दया, मेहर व बख़्शिश करेगा ।

मैंने कई बार उदाहरण दिया है कि बाप अपने बेटे को थोड़ा-सा रूपया-पैसा देकर कारोबार में लगाता है । अगर बेटा ध्यान से

मेहनत करता है, अपनी पूंजी को बढ़ाता है, बाप उसकी और अधिक मदद करता है और आखिर में सारा कारोबार उसको सौंप कर एक तरफ हो जाता है। अगर बच्चा जो कमाता है, उससे जुआ खेलना शुरू कर देता है, शराबों-कबाबों में ख़राब करना शुरू कर देता है, तो बाप भी अपना हाथ पीछे खींच लेता है, बच्चे को कुछ भी नहीं देता; बल्कि जो थोड़ी-बहुत जायदाद, सम्पत्ति देनी थी, उससे भी वंचित कर देता है। इसलिये स्वामीजी प्यार से समझाते हैं कि दुनिया की मान-बड़ाई में आकर नाम की दौलत को न खो बैठे, इस अमूल्य धन से खाली न हो जायें, बल्कि मालिक की बख़्शी हुई दौलत को अपने अन्दर ही हज़म करने का प्रयत्न करें।

करम जो जो करेगा तू । वही फिर भोगना भरना ॥५॥

स्वामीजी सावधान करते हैं कि अच्छी प्रकार मन में बिठा लें कि यह दुनिया 'करम भूमि' है, 'करमा संदड़ा खेत' है। जो जो कर्म आप देह में बैठकर करेंगे, उन सभी का नतीजा भोगने के लिये आपको यहाँ आना पड़ेगा। अगर अब अपने पेट के लिये दुनिया में लोगों के गले पर छुरियाँ चलायेंगे तो हमें यह नहीं भूलना चाहिये कि कोई ऐसा समय और वक्त आयेगा कि हमारी गर्दन उनके नीचे होगी और उनके हाथों में छुरियां व कुल्हाड़ियां होंगी। जो कुछ पीछे हो चुका है, भजन व सुमिरन के साथ उसकी माफ़ी मिल सकती है, परन्तु कम से कम आगे के लिये तो कोई ऐसा बीज न बोयें, जिसके लिये हमें फिर इस देह के बँधनों में आना पड़े। महात्मा कहते हैं कि यह दुनिया 'करम भूमि' है, 'करमा संदड़ा खेत' है, यहाँ सोच-समझ कर चलना चाहिये। कर्म करते समय हम सोचते हैं कि हमें कौन देखता है, दरवाज़े बन्द कर लें, रात का अँधेरा है। लेकिन हम भूल जाते हैं कि देखने वाला कहीं दूर नहीं है, हमारे शरीर में ही बैठा हुआ है। उसको तो किसी गवाह की भी ज़रूरत नहीं पड़ती, किसी सिफ़ारिश की भी आवश्यकता नहीं पड़ती। जो कुछ वह देखता है, उसके अनुसार ही हमें देह में आकर हिसाब-किताब भोगना पड़ता है।

जगत के जाल से ज्यों त्यों। हटो मरदानगी करना ॥६॥

स्वामीजी समझाते हैं कि हम वड़ी वुरी तरह काल के जाल में फँसे हुये हैं। जो पीछे कर्म किये हैं उनका नतीजा अव भोगने में लगे हुये हैं, आगे के लिये फिर वही बुरे और खोटे कर्म कर रहे हैं। हम भूले बैठे हैं कि इनका नतीजा भोगने के लिये फिर यहाँ ही आना पड़ेगा। गुरु नानक साहिब कहते हैं, **'बाबा जगु फाथा महा जालि'** (आदि ग्रन्थ, १००९) हम वड़ी बुरी तरह काल के जाल में फँसे हुए हैं, कोई खुश-किस्मत जीव है, जो इस जाल को तोड़ कर उस परमात्मा के पास पहुँचता है। इस काल के जाल में से निकलना किसी सूरमा का काम है, किसी बहादुर का काम है। मालिक ने इंसान का जामा केवल इसी लिये दिया है कि इससे लाभ उठाकर कर्मों का जाल खत्म कर सकें, रूह और मन की गांठ खोल सकें, आत्मा को निर्मल कर सकें, वापस जाकर परमात्मा से मिलने के योग्य वन सकें, नहीं तो हमारा देह में आने का मकसद (उद्देश्य) ही क्या है? जिस तरह सारे जामों के अन्दर खा-पी कर हम यहाँ पहुंच गये हैं, उसी तरह अब खा-पीकर, ऐशो-इशरत (ऐश्वर्य) करके आगे चल पड़ेंगे और हमारा जन्म-मरण का सिलसिला वना ही रहेगा। स्वामीजी कहते हैं कि हरएक को इस मौके से पूरा-पूरा फायदा उठाना चाहिये, काल के जाल को तोड़ना चाहिये, मालिक की भक्ति करनी चाहिये, शब्द और नाम की कमाई करनी चाहिये।

जिन्होंने मार मन डाला। उन्हीं को सूरमा कहना ॥७॥

हमें कौन हमेशा कर्मों के जाल में फँसाये रखता है? हमारा मन। इसलिये कहते हैं कि जो मन को काबू (वश में) कर लेता है, असली सूरमा वही है असली बहादुर वही है। दुनिया में वहादुरों की, सूरमों की कोई कमी नहीं है। लोगों ने अपने बाल-बच्चों या परिवारों के लिये, दोस्तों के लिये, राष्ट्रों, धर्मों व देशों के लिये जीवन तक कुर्बान कर दिया, परन्तु उनसे भी बड़ा बहादुर, सूरमा वह है जो अपने ही मन पर काबू पा लेता है। स्वामीजी कहते हैं कि सबसे पहले अपने नफस पर काबू पायें, अपने मन पर काबू पायें। गुरु नानक साहिब ने

कहा है, 'मनु जीते जगु जीतु।' अगर आप मन को जीत लेंगे तो सारी दुनिया के बनाने वाले को जीत लेंगे। मन ही तो है, जिसके अधीन होकर आज भाई, भाई का दुश्मन है, कौम, कौम की दुश्मन है, मज़हब, मज़हब का दुश्मन है। आप रोज़ अख़बार पढ़ते हैं, रेडियो सुनते हैं कि किस प्रकार हम एक दूसरे के ख़ून के प्यासे हैं, एक दूसरे को घृणा की दृष्टि से देख रहे हैं। यह जो कुछ भी हमसे करवा रहा है, हमारा मन करवा रहा है। इस दुनिया के अन्दर न कोई अपना है, न कोई बेगाना (पराया) है। वैसे ही किसी को दोस्त, किसी को दुश्मन बनाने में लगे हुए हैं। इसी चक्र में सारी उम्र फँसे रहते हैं।

बड़ा बैरी यह मन घट में। इसी का जीतना कठिना ॥८॥

स्वामीजी समझाते हैं कि अगर हमारा बाहर कोई दुश्मन हो, हम उससे बचने के सौ उपाय करते हैं—बन्दूकों के पहरे रख लेंगे, तोपों के पहरे रख लेंगे, किलों में बन्द हो जायेंगे, घर के बाहर गार्ड लगा देंगे, जंगलों-पहाड़ों में छिप कर बैठ जायेंगे। परन्तु मन ऐसा चालाक व अकलमन्द दुश्मन है जो हमारे अपने शरीर के अन्दर बैठा हुआ है, हम इसको छोड़कर कहाँ जा सकते हैं? पता नहीं इसने किस समय हमें धोखा दे देना है, किस समय अंगुलियों पर नचाना शुरू कर देना है? कभी दोस्त बनकर गुमराह कर देना है, कभी दुश्मन बनकर डरा देना है, किसी भी ग़लत रास्ते पर डाल देना है। इसलिये आप फ़रमाते हैं कि हमारा दुश्मन बड़ा अक्लमन्द, बड़ा होशियार है और इसको बड़ी होशियारी के साथ, अक्लमन्दी के साथ काबू में रखना चाहिये।

पड़ो तुम इसही के पीछे। और सबही जतन तजना ॥९॥
गुरू की प्रीत कर पहिले। बहुरि घट शब्द को सुनना ॥१०॥

आप फ़रमाते हैं कि मन को काबू करने के लिये सबसे पहले इसकी नेचर (Nature), तबीयत या आदत के बारे में हमें बड़ी अच्छी प्रकार सोच और विचार करना चाहिये। अगर दुश्मन के साथ लड़ाई लड़नी हो, तो उसकी हर प्रकार की चालों को अच्छी प्रकार समझना जरूरी है। इसलिये स्वामीजी मन की तबीयत के बारे में समझाते है कि यह

लज्ज़त का आशिक है। जितनी देर इसको दुनिया के मोह और प्यार से ऊँचा और निर्मल प्यार नहीं मिलता, यह कभी भी दुनिया के मोह और प्यार को छोड़ने के लिये तैयार नहीं होता। हम देखते हैं कि एक कंगाल कौड़ियाँ मांगता फिरता है। यदि हम उसकी एक कौड़ी लेने की कोशिश करें, वह मरने व मारने तक जाता है। उसको दस रुपये का नोट दे दें, उसकी कौड़ियों वाली मुट्ठी अपने आप ढीली हो जाती है। स्वामीजी कहते हैं कि हमारा मन लज्ज़त का आशिक है; जितनी देर आप इसको इन्द्रियों के भोगों से, विषयों-विकारों से, दुनिया के प्यार से, राष्ट्रों, धर्मों व देशों के मान-बड़ाई के प्यार से, ऊँची और निर्मल लज्ज़त नहीं देंगे, यह दुनिया की लज्ज़तें किसी हालत में छोड़ने के लिये तैयार नहीं होगा। जो ऊँची और निर्मल लज्ज़त है, जिसको पाकर मन इन सांसारिक लज्ज़तों को छोड़ता है, वह नाम या शब्द रूपी लज्ज़त है, जो कि परमात्मा ने हरएक के शरीर के अन्दर रखी हुई है। सो जिस तरह आप ने शुरू में समझाया है: हमें सुमिरन और ध्यान के ज़रिये ख़याल को अपने गुरुमुखों के समझाये अनुसार, आँखों के पीछे इकट्ठा करना है और अन्दर ही उस 'शब्द' की लज्ज़त हासिल करनी है। वह लज्ज़त इतनी ऊँची व निर्मल है कि उसको हासिल करके हमारा मन अपने आप ही इन्द्रियों के भोगों, विषयों-विकारों, शराबों-कबाबों को छोड़ना शुरू कर देता है। जिसको हीरे-जवाहरात मिलने शुरू हो जाते हैं, वह क्यों दर-ब-दर कौड़ियों के पीछे ठोकरें खायेगा? लड़कियाँ गुड़ियों और गुड्डों के साथ उतनी देर ही प्यार करती हैं, जितनी देर उनकी शादी नहीं होती। शादी के बाद कौन गुड़ियों और गुड्डों की परवाह करता है? गुरु साहिब कहते है, 'हरि हरि नामु अंमृतु रसु मीठा ॥' (आदि ग्रन्थ, १३२३) नाम रूपी अमृत का आनन्द दुनिया के भोगों के आनन्द को फ़ीका कर देता है। परन्तु वह नाम रूपी अमृत जिसके पिये बिना अमर नहीं हो सकेंगे, वह अमृत हमें स्वयं मेहनत करके अपने शरीर के अन्दर से हासिल करना पड़ता है। वह अमृत कौन-सी जगह है? गुरु साहिब

कहते हैं :

नउ दरवाजे नवे दर फीके रसु अंमृत दसवे चुईजै ।।

(आदि ग्रन्थ, १३२३)

आँखों से नीचे-नीचे इन्द्रियों के भोग है, विषयों-विकारों, शराबों-कबाबों की लज्ज़तें हैं, अगर आपने रस से भरे हुए अमृत को पीना है, तो वह आपकी आँखों के पीछे बरस रहा है । जितनी देर कोई उस नुकते पर ध्यान ही इकट्ठा नहीं करता, आप सोचें, अमृत को किस प्रकार पी सकता है, अमर किस प्रकार हो सकता है, उसका जन्म-मरण के बँधनों, जन्म-मरण के दुःखों से छुटकारा किस तरह हो सकेगा ? गुरु साहिब समझाते हैं, 'नाम मिलै मन तृपतीए बिनु नामै धृगु जीवासु ।।' (आदि ग्रन्थ, ४०) कि यह जो हमारा मन विषयों-विकारों में फँस कर हिरन की तरह भटकता और तड़पता फिरता है, जिस वक्त इसको अमृत भरा हुआ नाम अन्दर ही मिल जाता है, इसके अन्दर तृप्ति और शान्ति आ जाती है । अगर देह में बैठकर हमने अन्दर ही उस नाम को हासिल नहीं किया, गुरु साहिब कहते हैं कि हमारा देह में आना धिक्कार है, हमारा देह में आने का उद्देश्य ही कभी पूरा नहीं हो सकता है । इसलिए आप हमें धीरे-धीरे इस नुकते पर लाते हैं कि गुरुमुखों के ज़रिये, सुमिरन और ध्यान के ज़रिये, अपने ख़याल को आँखों के पीछे इकट्ठा करें और अन्दर ही उस नाम की लज्ज़त हासिल करें । स्वामीजी कहते हैं : 'सुर्त शब्द कमाई करना । सब जतन दूर अब धरना ।।' (सार बचन, १६१) कि अगर आप मन को काबू करना चाहते हैं तो सुरत-शब्द की कमाई करें, नाम की कमाई करें, बाकी सभी प्रयत्न छोड़ दें, सारे उपाय और तरीके छोड़ दें । यह नहीं कि गंगा जी जाकर स्नान कर आये, जमना जी जाकर स्नान कर आये; मन्दिरों, मस्जिदों में माथे टेकते रहे, ग्रन्थों-पोथियों को, वेदों-शास्त्रों को भी पढ़ और पढ़ा लिया, तीर्थ यात्रा भी कर ली और जब याद आया, घण्टा, डेढ़ घण्टा भजन पर भी बैठ गये कि कहीं न कहीं तो कुछ न कुछ हासिल कर ही लेंगे । हमें इन शंकाओं,

भ्रमों से ख़याल निकाल कर एक-मन, एक-चित्त होकर शब्द की कमाई करनी चाहिये, नाम की कमाई करनी चाहिये । गुरु साहिब कहते है : 'राम नामि मनु बेधिआ अवरु कि करी वीचारु ।।' (आदि ग्रन्थ, ६२) यह मन जब भी बिंधा जायेगा, राम नाम से ही बिंधा जायेगा, और कोई विचार करने की, अन्य कोई तरीका सोचने की गुंजायश ही नहीं है । आप कहते हैं, 'सबद सुरति सुखु ऊपजै प्रभ रातउ सुख सारु ।।' (आदि ग्रन्थ, ६२) जब सुरत शब्द का अभ्यास करके मालिक के रंग में रंगे जायेंगे, मालिक की भक्ति, मालिक के प्यार के रंग में रंगे जायेंगे, तो आपका देह के बँधनों से, जन्म-मरण के दुःखों से हमेशा के लिए छुटकारा हो जायेगा और आपको मालिक के साथ मिलने का असली सुख, असली शान्ति प्राप्त हो जायेगी । इसलिये जो कुछ मिलना है शब्द की कमाई से मिलना है, नाम की कमाई से मिलना है ।

मान दो बात यह मेरी । करें मत और कुछ जतना ।।११।।

फिर उसी बात पर ज़ोर देते हुए कहते हैं : 'करें मत और कुछ जतना' कि अन्य कोई प्रयत्न, कोई दूसरा उपाय करने की ज़रूरत ही नहीं है । केवल दो चीज़ों की ज़रूरत पड़ती है कि गुरुमुखों के समझाने के अनुसार सुमिरन और ध्यान के साथ ख़याल आँखों के पीछे इकट्ठा करें और अपने अन्दर ही शब्द की लज़्ज़त हासिल करें, नाम की लज़्ज़त हासिल करें । जो कुछ मिलना है इसी तरीके पर चलकर मिलना है, इसी साधन के ज़रिये मिलना है ।

हार जब जाय मन तुझसे । चढ़ा दे सुर्त को गगना ।।१२।।

जितनी देर हमारा मन आँखों के पीछे से उतर कर, इन नौ द्वारों के ज़रिये सारी दुनिया में फैला हुआ है, यह इन्द्रियों के भोगों का गुलाम बना बैठा है और जो जौनसी भी इन्द्री चाहती है, इसको अपने घाट पर खींच कर ले जाती है । जब तक मन इन्द्रियों का ग़ुलाम है, हम हारे हुए है, हमारा मन जीता बैठा है परन्तु जब गुरुमुखों की संगति और सोहबत में जाकर हम सुमिरन और ध्यान के ज़रिये इसको आँखों के

पीछे इकट्ठा करके शब्द के साथ जोड़ देते हैं, हम जीतना शुरू कर देते हैं, हमारा मन हारना शुरू कर देता है। गुरु साहिब ने भी यही समझाया है कि जब शब्द की लज्ज़त आ जायेगी, आप का मन हारना शुरू हो जायेगा। फिर आप निज घर वापस चल सकते हैं, अपने मन को ठिकाने पहुँचा सकते हैं। जितनी देर मन बाहरमुखी है, इन्द्रियों के भोगों क़ी ओर है, हम हारे बैठे हैं। हमें सारे सिलसिले (क्रम) को उलटना है। इस वक्त क्या हालत है ? मन इन्द्रियों के भोगों का ग़ुलाम है और हमारी आत्मा मन की ग़ुलाम बनी हुई है। लेकिन हमें गुरुमुखों के उपदेश पर चल कर नाम की कमाई करके, मन को आत्मा के वश में लाना चाहिये और इन्द्रियों को मन के वश में लाना चाहिए। जितनी देर सारा सिलसिला नहीं उलटता, हम मन पर काबू नहीं पा सकते और आत्मा वापस जाकर परमात्मा से मिलने के काबिल नहीं बन सकती।

और सब काम जग झूठा । त्याग दे इसही को गहना ।।१३।।

स्वामीजी फ़रमाते हैं कि अच्छी तरह मन में बिठा लो कि आपका देह में आने का वास्तविक उद्देश्य क्या है ? आपकी वास्तविक मंज़िल देह के बँधनों से छुटकारा हासिल करना, मालिक के साथ मिलाप करना है और यह काम आप केवल इन्सान के जामे में ही कर सकते हैं। खाना-पीना आप हर जामे में करते आये हैं, यह ऐशो-इशरत, यह लड़के-लड़कियां, आपको हमेशा मिलते आये हैं। अगर कोई अनोखी चीज़ है, जो पीछे हासिल नहीं कर सके, वह केवल मालिक की भक्ति है, नाम की कमाई है। इसलिये आप समझाते हैं कि देह में बैठ कर कभी अपना काम भी करें, सारी उम्र पराये गधे ही न बने रहें। आपके अपने घर को तो आग लगी हुई है, आपको लोगों की आग बुझाने की रात-दिन चिंता लगी हुई है, अपना बोझ हमसे उठाया नहीं जाता, हम पराये गधे बने बैठे हैं। अपने आपको भी धोखा देते हैं, दुनिया को भी धोखा देने की कोशिश करते हैं। आप कहते हैं कि बाकी दुनिया के सारे काम झूठे हैं। अगर हम सारी आयु अपना काम नहीं करते,

लोगों का ही करते रहेंगे, हमें फायदा क्या प्राप्त हो सकेगा ? नतीजा यह होगा कि वापस चौरासी के जेलखाने में गधे बनकर आ जायेंगे। स्वामीजी फ़रमाते हैं कि देह में बैठकर कभी अपना काम करने की भी कोशिश करनी है। गुरु नानक साहिब कहते हैं : 'इसु पउड़ी ते जो नरु चूकै सो आइ जाइ दुखु पाइदा ।।' (आदि ग्रन्थ, १०७५) यह इन्सान का जामा सीढ़ी का आख़री डण्डा है, कोशिश करेंगे कमरे की छत पर चढ़ जायेंगे, पैर फिसलेगा सीधे नीचे आकर गिर जायेंगे। इसलिये हरएक को सोच-समझ कर चलना चाहिये। महात्मा यह नहीं कहते कि आपको संसार त्याग देना है, दुनिया में रहना है, सूरमा बनकर रहना है, बहादुर बन कर रहना है, दुनिया छोड़ कर जंगलों व पहाड़ों में नहीं चले जाना है। परन्तु दुनिया में रहते हुए दुनिया की मलीनता में लिप्त नहीं होना। यदि शहद की मक्खी शहद के किनारे पर बैठती है तो वह शहद की लज़्ज़त भी ले लेगी और खुश्क पंखों के साथ उड़ भी जायेगी, यदि वह बदकिस्मती के साथ शहद में धँस जाये तो वह शहद भी नहीं खा सकती और शहद में ही तड़प-तड़प कर उसकी जान निकल जाती है। इसी तरह दुनिया के लेने-देने का हिसाब भी खत्म करना है परन्तु शब्द और नाम की कमाई भी करनी है ताकि देह में बैठकर अपना भी कुछ काम बना सकें।

कहै राधास्मामी समझाई । गहो अब नाम की सरना ।।१४।।

इस छोटे-से शब्द के अन्दर स्वामीजी ने सन्तमत के विषय में हमें बड़ी अच्छी तरह खोलकर समझाया है कि परमात्मा कौन-सी जगह है, किस तरह परमात्मा की खोज करनी है, किस तरह परमात्मा की भक्ति करनी है। अन्त में आप यही नसीहत करते हैं कि हर ओर से ध्यान हटाकर शब्द के साथ जोड़ना है। सो हमें भी चाहिये कि आपके उपदेश से फायदा उठाकर अपने ख़याल को अन्दर शब्द के साथ जोड़ें, नाम के साथ जोड़ें।